東芝ホームアプライアンス株式会社
リビング機器事業部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）

TOSHIBA
Leading Innovation >>>

東芝クッキングヒーター
〈ハイラジエントヒーター式〉

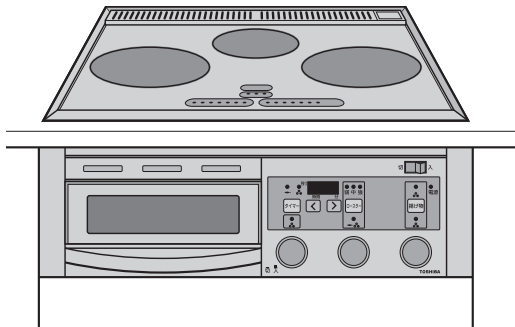
取扱説明書 家庭用

形　名

BHP-R46B
BHP-R36B

- ●このたびは東芝 IH クッキングヒーターをお買いあげいただきましてまことにありがとうございました。
- ●お求めの IH クッキングヒーターを安全に正しく使っていただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり、十分に理解してください。
- ●お読みになったあとは、お使いになるかたがいつでも見られるところに必ず保管してください。
- ●保証書と設置工事説明書を販売店又は工事店から必ず受けとって保管してください。

ビルトインタイプ

もくじ

ご使用前に
安全上のご注意…………………… 2～5
各部のなまえとはたらき ……… 6～7

使いかた
使えるなべについて …………… 8～9
左・右ヒーターの使いかた …… 10～11
揚げもの調理のしかた ………… 12～13
中央ヒーターの使いかた ……… 14～15
ロースターの使いかた ………… 16～17

お料理
お料理ガイド……………………… 18
お料理メニュー…………… 19～22

お手入れ
お手入れのしかた ……………… 23

困ったとき
故障かな？と思ったとき ………… 24

仕様・保証
仕様 ……………………………… 25
保証とアフターサービス ……… 26

安全上のご注意　必ずお守りください

商品および取扱説明書には、お使いになるかたや他の人への危害と財産の損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。次の内容（表示·図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

表示の説明

⚠警告　「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷＊1を負うことが想定されること」を示します。

⚠注意　「取り扱いを誤った場合、使用者が傷害＊2を負うことが想定されるか、または物的損害＊3の発生が想定されること」を示します。

＊1：重傷とは失明や、けが、やけど（高温・低温）、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院・長期の通院を要するものをさします。
＊2：傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さない、けが、やけど、感電などをさします。
＊3：物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペット等にかかわる拡大損害をさします。

図記号の説明

禁止

⃠は、禁止（してはいけないこと）を示します。
具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

指示

●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。
具体的な指示内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

注意

△は、注意を示します。
具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

■ 免責事項について

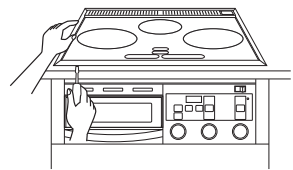
- 地震·雷·風水害および当社の責任以外の火災、第三者による行為、その他の事故、お客様の故意または過失、誤用、その他異常な条件下での使用により生じた損害に関して、当社は一切責任を負いません。
- 本製品の使用または使用不能から生ずる付随的な損害（事業利益の損失、事業の中断）に関して、当社は一切責任を負いません。
- 取扱説明書の記載内容を守らないことにより生じた損害に関して、当社は一切責任を負いません。

全般

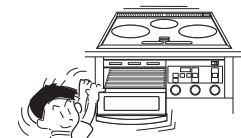
⚠警告

分解禁止

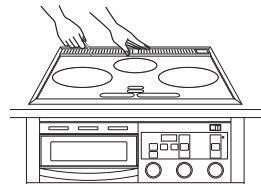
分解・改造・修理はしない

火災・感電・けがの原因になります。
修理は据付施工店または東芝家電修理ご相談センターにご連絡ください。

禁止

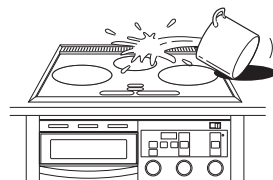
子供など取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない

感電・けが・やけどの原因になります。

禁止

排気口やすき間に、ピンや針金などの金属類や異物を入れない
排気口に指を入れない

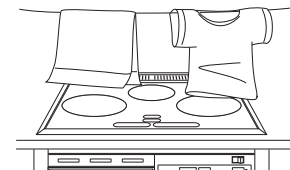
火災・感電・けがの原因になります。

水ぬれ禁止

水をかけない

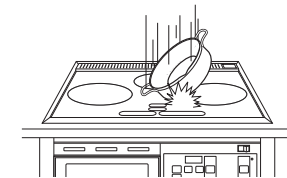
ショート・感電の原因になります。
本体後面の排気口には水をかけないでください。

⚠警告

禁止

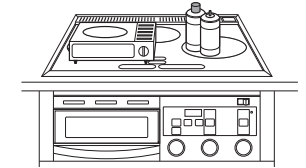
調理以外のことに使わない

火災や故障の原因になります。
暖房や洗濯物などの乾燥や炭火おこしなどの目的で使わないでください。

禁止

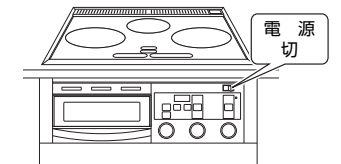
トッププレートに衝撃を加えない

ひびが入るなどして損傷した場合は、感電や過熱の原因になります。電源スイッチと専用回路のブレーカーを切って使用を中止し、すぐに修理を依頼してください。

禁止

トッププレートの上にカセットこんろやボンベを置かない

ボンベ爆発の原因になります。

電源「切」を確認する

使用後は電源「切」を確認する

長期不在のときは、専用回路のブレーカーを切ってください。

平らななべを使う

底が変形していない平らななべを使う

底に凹凸やそりのあるなべを使うと油温調節機能がはたらかず、油温が上がりすぎて火災の原因になります。右ヒーターで揚げ物調理キーをお使いください。

⚠注意

禁止

なべを不安定な状態で使用しない

トッププレートからはみ出していると、落下などにより、けが·やけどの原因になります。

禁止

本体前方に物を置かない

火災の原因になります。

禁止

なべの下に紙などを敷かない

なべの熱で紙が焦げたりします。

禁止

火気を近づけない

感電、漏電の原因になります。

禁止

排気口をふさがない

本体内部の温度が上がり、火災の原因になります。

禁止

缶詰やアルミ箔など、なべ以外のものやレトルトパックやアルミ箔なべなどを加熱しない

破裂してけがをしたり、赤熱してやけどをする原因になります。

禁止

調味料をこぼしたまま使用しない

トッププレートを傷め感電の原因になります。

禁止

トッププレートの上で直接調理しない

トッププレートを傷め、感電の原因になります。油や汁がたれ落ちる焼き網などでの調理もしないでください。

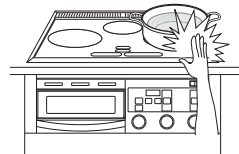
（つづく）

取り扱い

⚠注意

接触禁止

なべや取っ手などの高温部に触れない

やけどの原因になります。

お手入れをする

使用後は冷えてからお手入れをする

やけどの原因になります。また、調理くずや油分が残ったまま調理すると、発煙・発火の原因になります。

油調理

⚠警告

禁止

揚げもの調理中はその場を離れない

油の温度が上がりすぎたとき、火災の原因になります。その場を離れるときは、必ず電源を「切」にして、なべをヒーターからおろしてください。
いため物、焼き物など、油を使う調理をするときもそばを離れないで、加熱しすぎないよう火力調節してください。

通電を切る

油煙が多く出たら通電を切る

油が高温になっているため、続けて加熱すると発火し、火災の原因になります。

禁止

800g（0.9L）未満の少ない油では揚げものをしない

油の量が少ないと油の温度が上がりすぎ、火災の原因になります。

確実に取り付ける

温度センサーをなべに確実に取り付ける

温度センサーをなべに取り付けないと、油温度調節機能がはたらかず、油の温度が上がりすぎて火災の原因になります。温度センサーのセンサー棒が 3cm 以上油の中に入るようにして取り付けてください。

⚠注意

禁止

他の器具（ガスコンロなど）で、あらかじめ加熱した油を使用しない

異常加熱し火災の原因になります。

火力調節をする

揚げもの調理と同時に他の調理をするときは、水滴が油に入らないように火力の調節をする

他の調理中の沸騰やふきこぼれによる水滴が油に入ると、油が飛び散り危険です。

注意する

揚げもの調理中は油の飛び散りに注意する

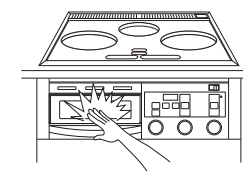
水気の多い食品を揚げるときは、油の飛び散りに注意してください。やけどの原因になります。
また、食材は事前に水分をふき取ってから揚げてください。
油をなべいっぱいに入れないでください。油の飛び散りの原因になります。

ロースター調理

⚠警告

接触禁止

ロースター調理中、調理直後はロースター扉や、その周辺には触れない

ロースター調理中、調理直後はロースターガラスや周辺部が高温になっていますので、やけどの原因になります。

⚠注意

電源スイッチを切る

ロースター調理中、調理物が発火した場合は電源スイッチを切る

調理物が発火した場合は、通電をやめて調理物の炎が消えるまでロースター扉を開けないでください。空気が流れ込み、炎が大きくなります。また、ロースター扉に水をかけないでください。ガラスが割れます。

指示

ロースターはロースター皿に水を入れて使用する
また、必要以上の空焼きをしない

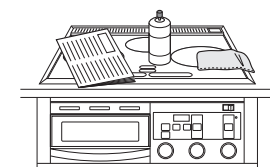
ガラスが割れ、けがの原因となります。

使用中・使用後

⚠警告

禁止

可燃物や引火物を近づけない

火災の原因になります。燃えやすいもの（ふきん・新聞・スプレー缶など）をヒーターの上やそばに置かないでください。

接触禁止

使用中・使用後しばらくは、トッププレートおよび排気口周辺のカウンター部分が熱くなっているため手を触れない

やけどの原因になります。高温注意ランプが消灯した後でも、十分冷めるまでは、手を触れないようにしてください。

禁止

使用中は本体から離れない

調理物が発火して火災の原因になります。

⚠注意

禁止

なべの空だきや過熱をしない

やけどの原因になります。なべを傷めたり、トッププレートの変色・破損の原因になります。水分が少ない調理は空だきに近い状態になるため、火力を強くしすぎないようにしてください。

ときどきかき混ぜる

みそ汁やカレーなど沈殿したり、粘性のある調理物を加熱するときは、火力を弱めにし、ときどきかき混ぜる

なべ底に沈殿したみそやカレーのルーなどが温まると突然ふき出したり、なべが跳ね上がることがあり、やけどやトッププレートの割れの原因になります。

各部のなまえとはたらき

本 体

※ロースターと中央ヒーターは、同時には使えません。

温度センサー
（右ヒーター専用）

※取付金具のセンサー棒が通っている部分をつまむと位置を上下に調節できます。

トッププレート表示部

高温注意
弱 中 強
140 ・ 160 ・ 180 ・ 200 揚げ物
弱 1 2 3 4 5 強
弱 1 2 3 4 5 強

高温注意ランプ

揚げ物適温ランプ

左ヒーター火力表示ランプ
左ヒーターの火力を表示します。

中央ヒーター火力表示ランプ
中央ヒーターの火力を表示します。

（右ヒーター使用時）
●右ヒーター火力表示ランプ
（揚げ物調理時）
●油温度設定表示ランプ

操 作 部

ロースター火力表示ランプ

タイマー時間表示
タイマーの設定時間、残り時間を表示します。

右ヒータータイマー設定表示ランプ
右ヒーターにタイマー設定されているときに点灯します。

ロースタータイマー設定表示ランプ
ロースターにタイマー設定されているときに点灯します。

タイマーキー
右ヒーターまたはロースターにタイマーをセットするときに使います。

タイマー合わせキー
タイマーの時間合わせに使います。

ロースター調理キー
ロースターで魚を焼くときに使います。
BHP-R36B にはこのキーはありません。

電源スイッチ

電源ランプ
電源が「入」のときに点灯します

揚げ物調理表示ランプ

切 入
残り 8:88 時間 分
弱 中 強
電源
タイマー
ロースター
揚げ物
切 入
TOSHIBA

揚げ物調理キー
右ヒーターで揚げ物をするときに使います。

左ヒーター用火力調節つまみ
左ヒーターの「入」「切」と火力の調節に使います。

中央ヒーター／ロースター用火力調節つまみ
中央ヒーターとロースターの「入」「切」と火力の調節に使います。

右ヒーター用火力調節つまみ
右ヒーターの「入」「切」と火力の調節、揚げ物のときの油温度の調節に使います。

通電ランプ
各ヒーターの通電中点灯します。

使えるなべについて

なべの材質や底の形状により、使えるなべと使えないなべがあります。なべをお求めになるとき、ご使用になる前にお確かめください。

■下図に示す使えるなべをご使用ください。使えないなべを使うと、器具の保護のため温度センサーが作動し、お湯が沸かなかったり調理がうまくできないことがあります。

材質（種類）

使えます ○

耐熱ホーロー

●ホーローなべは空焼をしたり、焦げ付かせないようにしてください。底面のホーローが溶けて、焼き付き、トッププレートの損傷の原因になります。

鉄・鉄鋳物

ステンレス

アルミ

使えません ×

●トッププレートの損傷や加熱不良の原因となる場合があります。

耐熱でないホーローなべ

耐熱ガラス

●全般的に加熱効率が劣り、ヒーターの加熱に耐えきれず、ひび割れや破裂することがあり危険です。

土なべ

底の丸い中華なべ

打ち出しで作られたアルミ、銅などのなべ

ガス用クッキングパン

脚のついたなべ

直火用魚焼網

鉄板類

底の形状

使えます ○

●なべ底の平らな部分の大きさがトッププレートの発光部分の大きさと同じ程度のものが適しています。

●なべ底が平で厚手のもの

使えません ×

25cm以上

●13cm 以下のもの
●25cm 以上のもの
※なべ底の平らな部分の大きさがトッププレートより大きすぎたり、小さすぎるものは使えません。

●なべ底が凹凸のもの使えません。また、安定性も悪く危険です。

お知らせ

■火力調節について

- 左右ヒーターは、火力を小さくするごとに明るさが変わっていきます。（13段階に調節できます）
- 中央ヒーターとロースターは、ヒーターをつけたり消したりして行います。火力が小さいほど消えている時間が長くなります。（3段階に調節できます）

■余熱について

- 火力調節つまみを「切」にしても、すぐにヒーターの温度が下がらず、しばらく高い温度を保ちます。この熱を上手に利用ましょう。
- 「ふきこぼれ」や「煮つめすぎ」しないように、ガスこんろより少し早めに火力を調節したり、火力調節つまみを「切」にしてください。電気の節約にもなります。
- 強火料理のあとなら余熱でいり卵やハンバーグソースなどが上手に仕上がります。
  中火、弱火料理のあとは汁物の保温などに利用できます。

■ヒーターの過熱防止機能について

- ヒーター使用中、お湯が沸騰近くなったり、炒め物、揚げ物の調理の場合は、火力が「強」でも、自動的にヒーターが切れたりついたりしますが、故障ではありません。
  適さないなべを使用しているときは、その回数が多くなりますので、適したなべをお使いください。

■切り忘れ防止機能ついて

- 何も操作を行わなかったとき約1時間、ロースターは25分経過すると、切り忘れと判断して自動的にヒーターの通電が切られます。
  切り忘れ防止機能が働くと、通電ランプが点滅してお知らせします。継続してお使いになる場合は火力調節つまみを一度「切」にして、再度火力調節つまみを設定してください。

■やけどに注意（高温注意ランプについて）

- トッププレートは調理終了後も熱が残っています。高温注意ランプが点灯・点滅している間はトッププレート、その周辺の金属部に触れないでください。（高温注意ランプが消灯しても、ヒーター部に触り続けるとやけどをします）
- 高温注意ランプは、通電中は点灯、通電後もトッププレートが熱い間は点滅し、高温であることをお知らせします。
- 電源スイッチを切ってもトッププレートが熱い間は、高温注意ランプが点滅します。

便利な機能

■揚げ物温度コントロール（右ヒーターのみ）

※ 付属のセンサーを必ずご使用ください。
- 温度センサー（プローブ式）が天ぷら油の温度を検知し7段階に調節します。（→P12,13）

■調理タイマー（右ヒーターまたはロースター）

- 右ヒーターは6時間まで、ロースターは20分までセットできます。
  自動的に通電を切り、ブザーでお知らせします。（→P11,17）

左・右ヒーターの使いかた（右ヒーターを使う場合で説明しますが、左ヒーターも同じです。タイマーは右ヒーターのみで使えます。）

火力調節と火力表示ランプについて

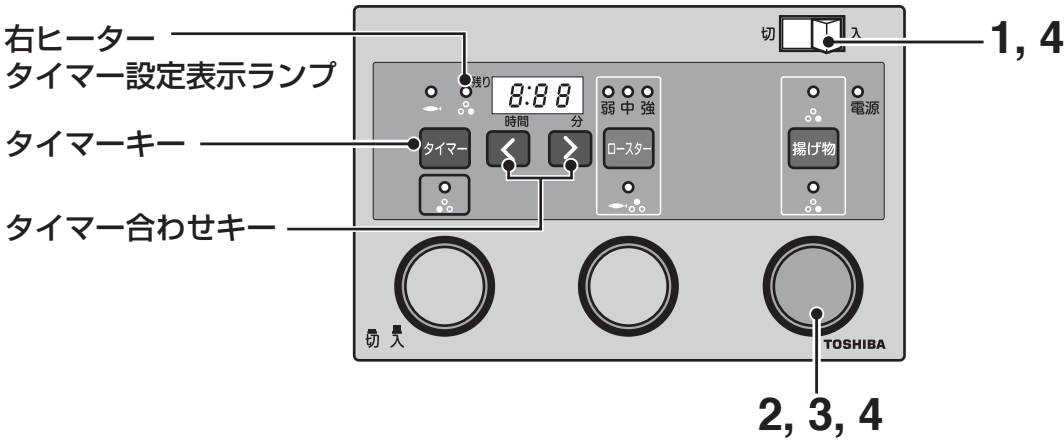
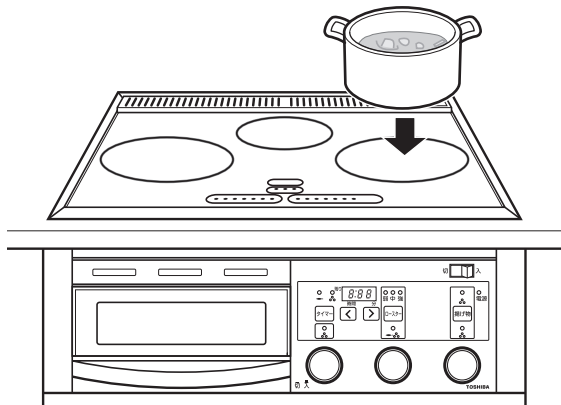
左・右ヒーターの火力表示と火力は次のようになっています。
それぞれの火力表示の中間の火力は、火力表示ランプの点滅で表しています。

左ヒーター（2300W）								右ヒーター（1800W）							
火力表示ランプ							火力（W）	火力表示ランプ							火力（W）
弱	1	2	3	4	5	強		弱	1	2	3	4	5	強	
●							115	●							90
●	☀						190	●	☀						150
●	●						255	●	●						200
●	●	☀					330	●	●	☀					260
●	●	●					460	●	●	●					360
●	●	●	☀				575	●	●	●	☀				450
●	●	●	●				765	●	●	●	●				600
●	●	●	●	☀			1150	●	●	●	●	☀			900
●	●	●	●	●			1380	●	●	●	●	●			1080
●	●	●	●	●	☀		1535	●	●	●	●	●	☀		1200
●	●	●	●	●	●		1725	●	●	●	●	●	●		1350
●	●	●	●	●	●	☀	1840	●	●	●	●	●	●	☀	1440
●	●	●	●	●	●	●	2300	●	●	●	●	●	●	●	1800

● この取扱説明書では操作や表示を右のように表しています。

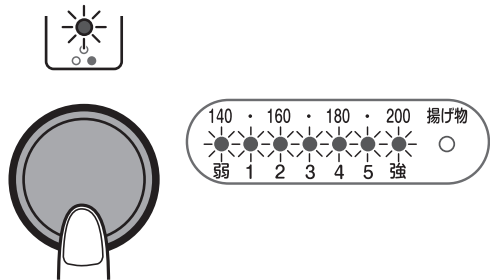
お知らせ 左ヒーターの火力が自動的に下がったり、火力を上げられないことがありますが異常ではありません。
- ●同時に 3 つのヒーターを使用した場合、定格容量を超えないように左ヒーターは 1725W までしか使えません。
- ●左ヒーターを使用中に全部のヒーターを使用すると自動的に 1725W に下がります。他のヒーターを切っても自動的にはもどりませんので、火力調節つまみを回してもどしてください。

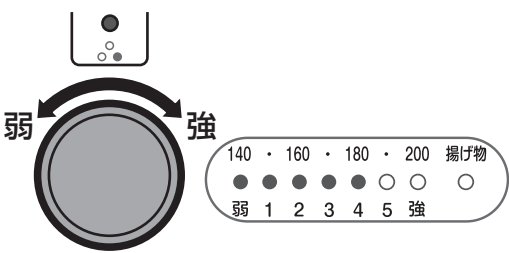
準備

なべに材料を入れ、右ヒーターの中央に置く

1 電源スイッチを入れる

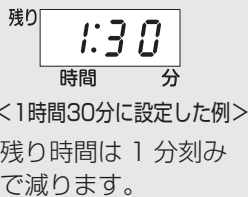
▶ 電源ランプが点灯します。

2 火力調節つまみを押す

▶ 火力調節つまみが出ます。
▶ 通電ランプと火力表示ランプが点滅します。
● 火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電されません。

3 火力調節つまみを回し、火力を調節する

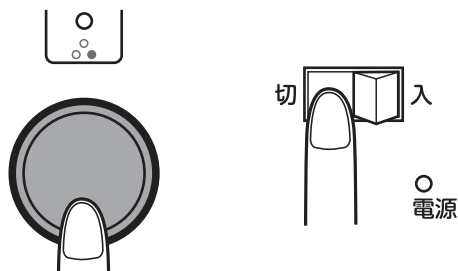
▶ 通電ランプが点灯します。火力表示ランプは火力に応じて点灯します。
● 火力調節つまみを右に回すと火力が強まり、左へ回すと火力が弱まります。

タイマーを使う場合

1. タイマー を押し、右ヒータータイマー設定表示ランプ を点灯させる
2. ＜ ＞ を押し、時間を設定する
   - ●タイマーが終了するとブザーが鳴り、自動的に通電が止まります。

<1時間30分に設定した例>
残り時間は 1 分刻みで減ります。

設定できる時間・解除のしかた
- ●タイマー（右ヒーター）は 6 時間まで設定できます。（1 分～ 20 分までは 1 分おき、20 分以上は 5 分おきに設定されます）
- ●タイマーを解除するときは、タイマー を押し、右ヒータータイマー設定表示ランプを消灯させます。タイマーを解除しても通電は止まりません。通電を止めるときは **4** の操作を行ってください。

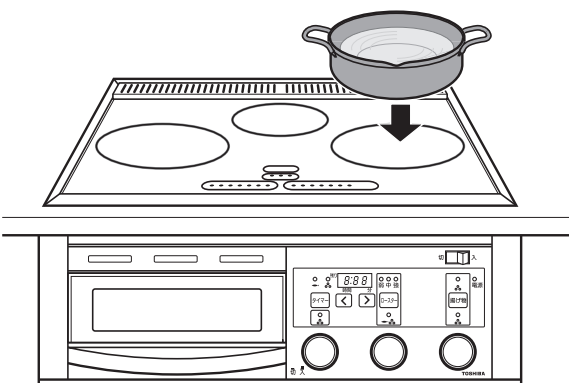
※ロースターと同時にタイマーは使用できません。

4 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

▶ ヒーターの通電がとまり、通電ランプが消灯します。
▶ 電源ランプが消灯します。
● タイマーを使用した場合も、火力調節つまみを押し、電源スイッチを切ってください。

揚げもの調理のしかた（右ヒーターを使います）

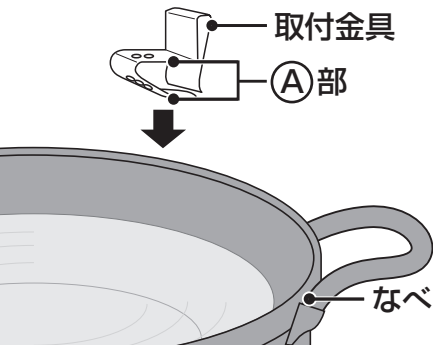
準備

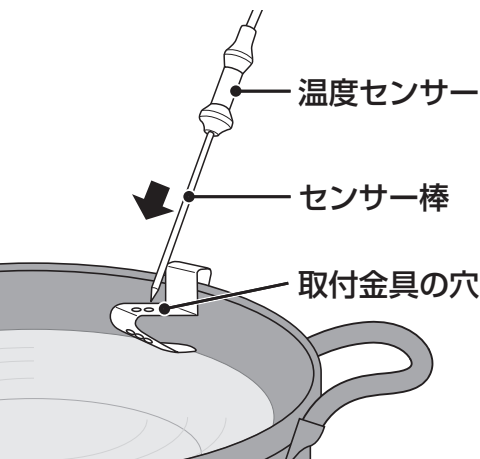
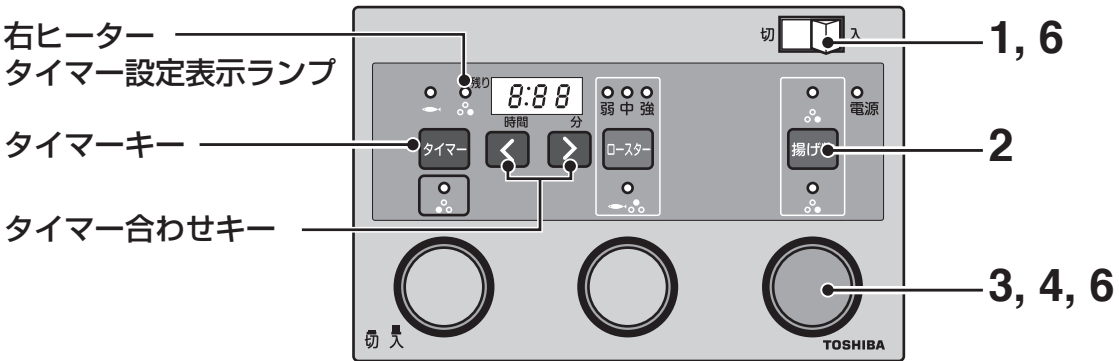
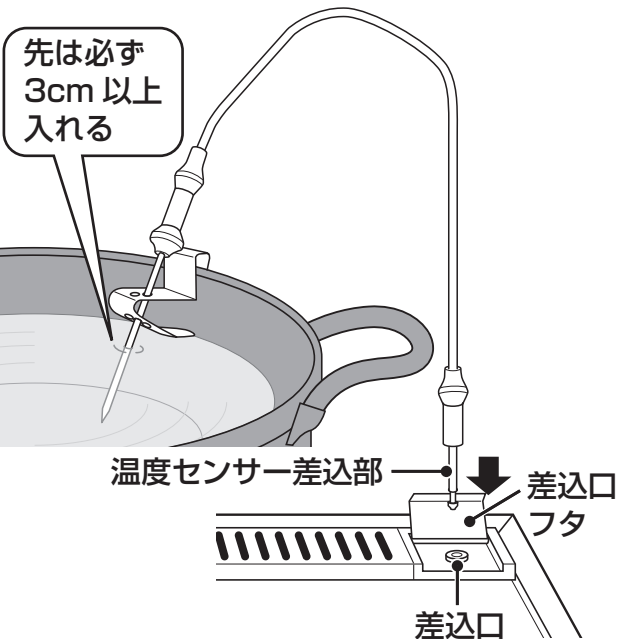
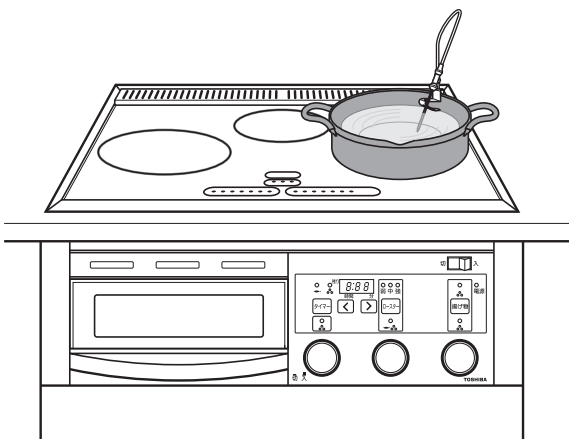
1. なべに油を入れ、右ヒーターの中央に置く（底の平らな天ぷらなべを使う）

- 油の量は 800g 以上入れてください。

2. 温度センサーをなべに取り付ける

■温度センサーの取り付けかた

① 取付金具をなべのふちに取り付ける

- Ⓐ部をつまむと上下に調節できます。

② 温度センサーのセンサー棒を取付金具の穴に差し込む。

- 温度センサーのセンサー棒が 3cm 以上油の中に入るように差し込んでください。
- 取付金具の穴位置を組み替えることで、センサー棒の傾きを変えることができます。なべのふちの形状に合わせて調節してください。

③ 温度センサーの差込部をトッププレートの右奥の差込口フタを開け、差込口に差し込む

1 電源スイッチを入れる

▶ 電源ランプが点灯します。

2 揚げ物 を押す

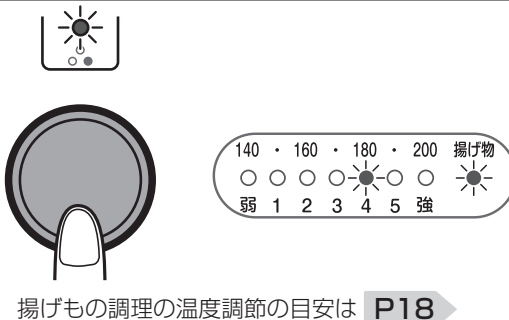
▶ 揚げもの調理表示ランプが点灯します。

3 右ヒーター火力調節つまみを押す

▶ 火力調節つまみが出ます。

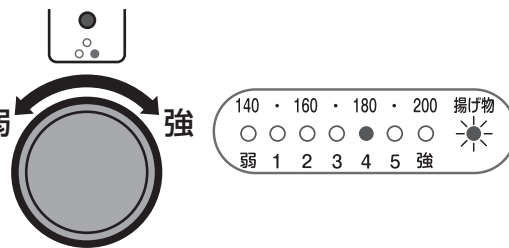
▶ 通電ランプ・油温度設定表示ランプ・揚げ物適温ランプが点滅します。

- 火力調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

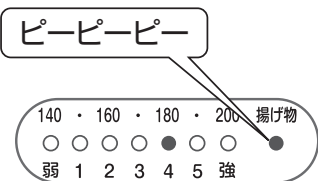
揚げもの調理の温度調節の目安は P18

4 火力調節つまみを回し油温度の設定をする

▶ 通電ランプと油温度設定表示ランプが点灯し、揚げ物の適温ランプが点滅します。

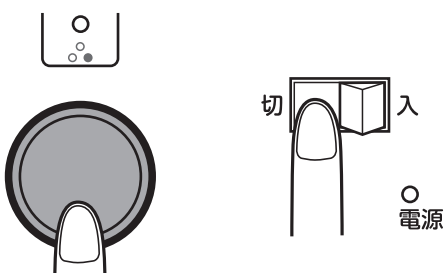
▶ ヒーターに通電します。

- 温度表示の数字は目安です。
  なべの材質、形状、油量により温度は異なります。

5 ブザーが鳴ったら調理をする

▶ 設定温度になるとブザーがピーピーピーと鳴ってお知らせします。

▶ 揚げ物適温ランプが点灯します。

6 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

▶ ヒーターの通電がとまり、通電ランプが消灯します。

▶ 電源ランプが消灯します。

中央ヒーターの使いかた（BHP-R36B にはありません）

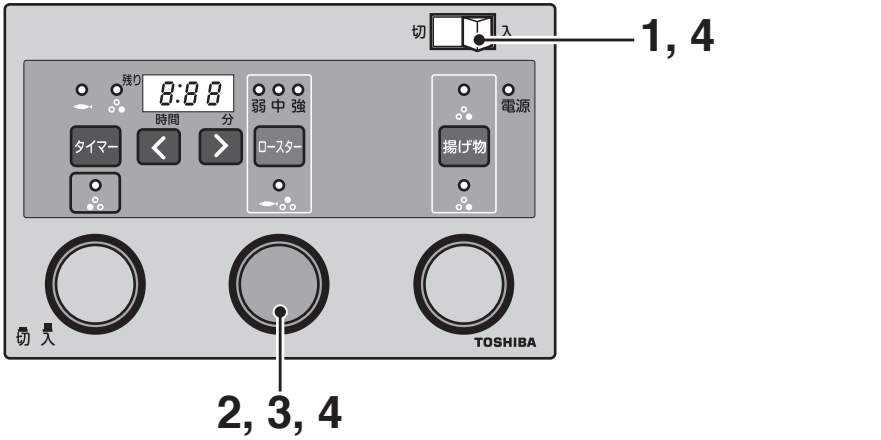
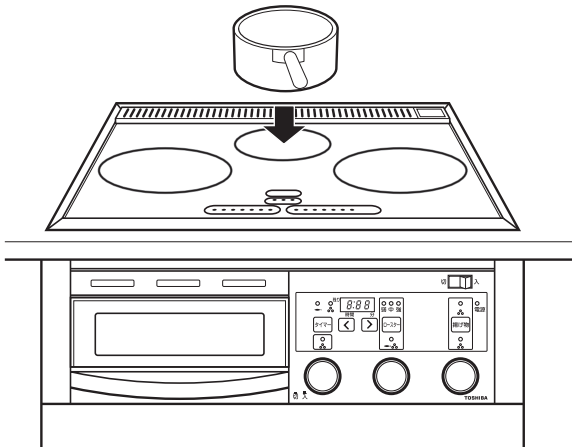
ロースターと同時には使えません

火力調節と火力表示ランプについて

- 中央ヒーターの火力調節は、ヒーターをつけたり消したりして調節しています。
- 火力と火力表示ランプは次のようになっています。

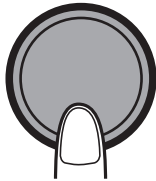
中央ヒーター（1200W）	
火力表示ランプ 弱　中　強	火力（W）
●	400W
●　●	600W
●　●　●	1200W

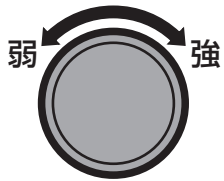
準備

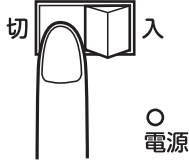
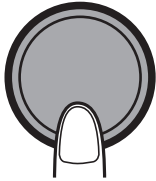
なべに材料を入れ、ヒーターの中央に置く

1 電源スイッチを入れる

▶ 電源ランプが点灯します。

2 中央ヒーター /ロースター用火力調節つまみを押す

▶ 火力調節つまみが出ます。
▶ 通電ランプと中央ヒーター火力表示ランプが点滅します。
- 火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電はされません。

3 火力調節つまみを回し、火力を調節する

▶ 通電ランプが点灯します。中央ヒーター火力表示ランプは火力に応じて点灯します。
- 火力調節つまみを右に回すと火力が強まり、左へ回すと火力が弱まります。

4 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

▶ ヒーターの通電がとまり、通電ランプが消灯します。
▶ 電源ランプが消灯します。

使いかた

ロースターの使いかた

中央ヒーターと同時には使えません

火力調節と火力表示ランプについて

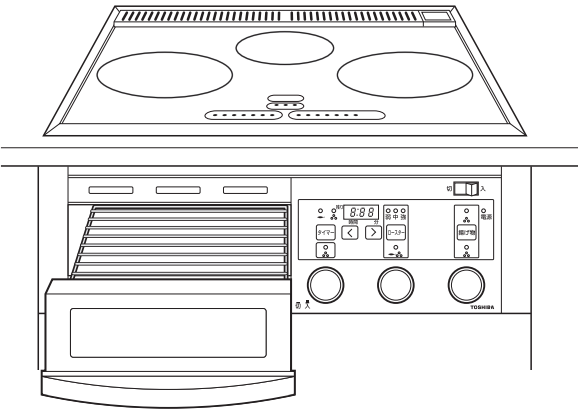
● 火力と火力表示ランプは次のようになっています。

ロースター（1200W）	
火力表示ランプ 弱　中　強	火力（W）
●	800W
●　●	1000W
●　●　●	1200W

準備

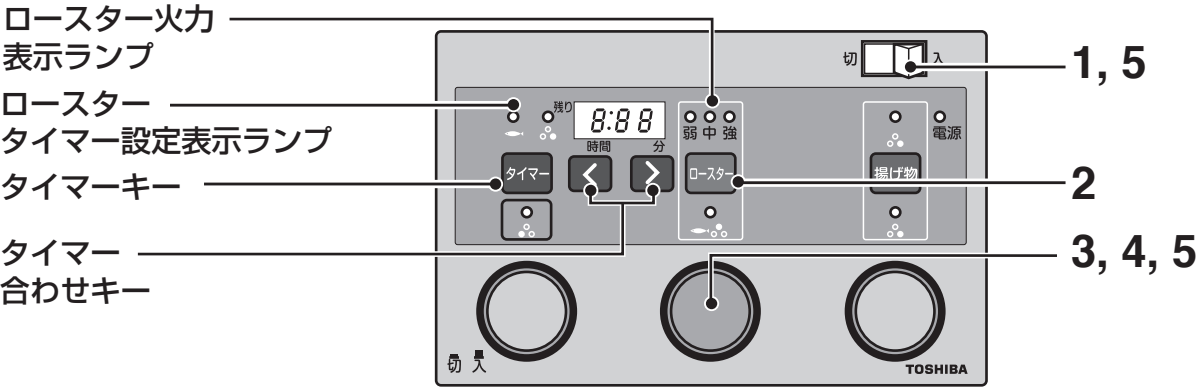
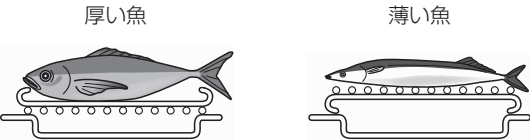
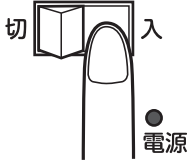
1. ロースター受け皿に焼き網を置き、コップ一杯の水（180CC）を必ず入れる。

水を入れずに使うと

● 調理物や落ちた油が燃える原因になります。続けて焼くときは、残った水や油分を捨て、再度水を入れてください。（高温のためやけどに注意）

2. 魚を焼き網の中央にのせロースター扉を奥まで確実に閉める

●魚の厚さによって焼き網の上下を使い分けます。

厚い魚

薄い魚

1 電源スイッチを入れる

▶ 電源ランプが点灯します。

2 ロースター を押す

▶ ロースター火力表示ランプが点滅します。

※ BHP-R36Bにはこのキーはありません。

弱 中 強

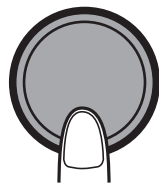
ロースター

3 中央ヒーター /ロースター火力調節つまみを押す

▶ 火力調節つまみが出ます。

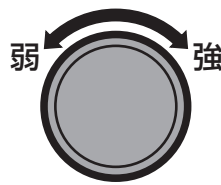
▶ 通電ランプとロースター火力表示ランプが点滅します。

● 火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電はされません。

弱 中 強

ロースター

4 火力調節つまみを回し、火力を調節する

▶ 通電ランプが点灯します。ロースター火力表示ランプは火力に応じて点灯します。

● 火力調節つまみを右に回すと火力が強まり、左へ回すと火力が弱まります。

タイマーを使う場合

1. タイマー を押し、ロースタータイマー設定ランプ を点灯させる
2. ＜ ＞ を押し、時間を設定する
   ●タイマーが終了するとブザーが鳴り、自動的に通電が止まります。

残り 0:20 時間 分

<20分に設定した例>

残り時間は 1 分刻みで減ります。

設定できる時間・解除のしかた

●タイマー（ロースター）は 20 分まで設定できます。

●タイマーを解除するときは、タイマー を押し、ロースタータイマー設定表示ランプを消灯させます。タイマーを解除しても通電は止まりません。通電を止めるときは **5** の操作を行ってください。

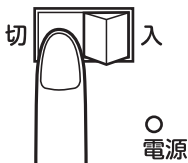
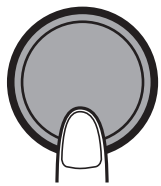
※右ヒーターと同時にタイマーは使用できません。

5 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

▶ ヒーターの通電がとまり、通電ランプが消灯します。

▶ 電源ランプが消灯します。

● タイマーを使用した場合も、火力調節つまみを押し、電源スイッチを切ってください。

使いかた

お料理ガイド

加熱調理の火力調節の目安

●なべの大きさ、材料の量に合わせて左右ヒーターを使い分けてください。

火力(W)	位　置	弱	1	2	3	4	5	強	火力調節のポイント
	右ヒーター	90	200	360	600	1080	1350	1800	
	左ヒーター	115	255	460	765	1380	1725	2300	
火力の目安		とろ火		弱火		中火		強火	
炒める								←→	「強」で手早く炒めます。
ゆでる					←→	←→	←→	←→ お湯を沸かす	「強」でお湯を沸かし、吹きこぼれる前に火力を落とします。
焼く				←→	←→ 中まで焼く	←→	←→ 焼き色をつける	←→	「強」で焼き色をつけ、火力を落として中まで火を通します。
煮る		←→	←→ 煮込む	←→	←→ 煮る	←→		←→ お湯を沸かす	「強」でお湯を沸かし、火力を落として煮込みます。

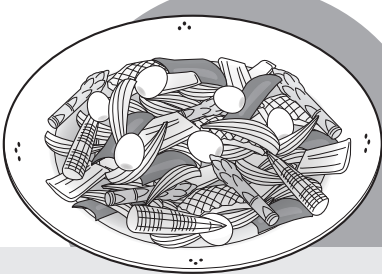
●材料、量、なべの形状などにより加熱状態が異なります。ようすを見て、火力を調節してください。
●それぞれの中間火力は表示省略しています。

揚げもの調理の温度調節の目安

※油 800g(0.9L) を加熱したときの目安温度です。
※なべの材質、形状、油量により温度が前後する場合があります。

表　示	140	·	160	·	180	·	200	
温　度	140℃	150℃	160℃	170℃	180℃	190℃	200℃	
揚げる 野菜		←→	←→ 素揚げ	←→				●油の温度は温度表示より高めに設定しています。（材料を入れたとき温度が下がるため）また、材料、量により揚げ上がりが異なりますのでベタッとなったときは温度を高めに設定してください。
魚貝類				←→	←→ 天ぷら	←→		
フライ					←→	←→		
冷凍食品					←→	←→	←→	●冷凍食品を凍ったまま揚げる場合は、冷凍食品に表示されている温度より高めに設定してください。
2度揚げ料理		←→ 1度目	←→		←→ 2度目	←→		●ポテトチップス、魚の丸揚げ、鶏のから揚げなど

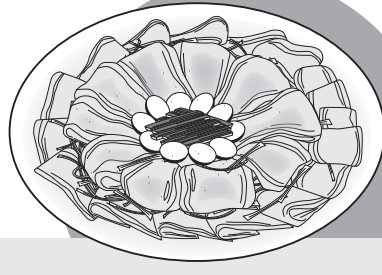
お料理メニュー

炒める　八宝菜

■ 材料(4人分)

- 豚薄切り肉……250g
- 酒/しょうゆ……各少々
- いか……100g
- 塩/こしょう/酒……各少々
- 玉ねぎ(くし形切り)……小1個
- ピーマン(短冊切り)……2個
- ゆでたけのこ(短冊切り)……80g
- にんじん(短冊切り)……½本
- アスパラガス……4本
- ベビーコーン……4本
- うずら卵(ゆでたもの)……8個
- A
  - スープ……½カップ
  - 塩……小さじ½～1
  - 砂糖……小さじ½
  - しょうゆ……大さじ1
- 水溶き片栗粉……少々
- ごま油……少々

■ 作りかた

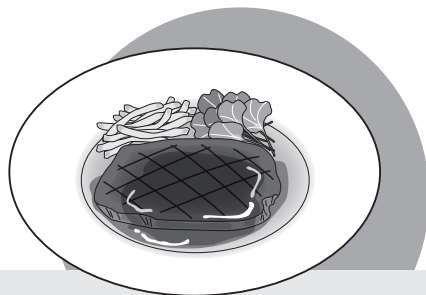
1. 豚肉は一口大に切り、酒、しょうゆ各少々で下味をつける。
2. いかは一口大の松笠切りにし、塩、こしょう、酒少々で下味をつける。
3. アスパラは4～5㎝の長さに切り、Aの調味料をよく混ぜ合わせる。
4. フライパンに油(分量外)を多めに熱し、1の豚肉を入れて火力「強」で色が変わるまで炒める。
5. 2のいかを加えて手早く炒め、野菜類を固いものから順に加えてさらに炒める。
6. 野菜に火が通ったら、うずらの卵とAを加えてひと煮立ちさせる。
7. 水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、香りづけにごま油を加える。

ゆでる　ゆで豚

■ 材料(4人分)

- 豚ロースかたまり肉……400g
- ねぎ(ぶつ切り)……少々
- つぶししょうが……1かけ分
- 《つけ合わせ》
- きゅうり……2本
- ラディッシュ……3個
- 《たれ》
- 酢……大さじ2 ½
- しょうゆ……大さじ3
- 塩……小さじ½
- にんにく(みじん切り)……小さじ½
- ごま油……小さじ1
- こしょう/溶きがらし/ラー油……各少々

■ 作りかた

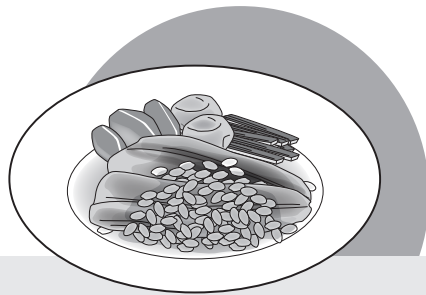
1. 豚肉はかたまりのまま(形を整えたいときはタコ糸などで軽く巻く)ねぎ、しょうがとともに鍋に入れ、水をひたひたよりやや多めに加える。
2. 火力「強」で煮立て、煮立ったら火力を「4」まで弱めて25～30分間ゆで、ゆで汁につけたまま冷ます。
3. ラディッシュは薄い輪切り、きゅうりは縦薄切りにし、冷水に放してパリッとさせ水気を切る。
4. たれの材料をよく混ぜ合わせる。
5. 2の肉が冷めたら食べやすく薄切りにして3の野菜と盛りつけ、4のたれを添える。

焼く 牛肉のペッパーステーキ

■ 材料(4人分)

材料	分量
牛肉(1枚250g/厚さ1.5㎝)	4枚
粒こしょう(黒)	大さじ3
塩	少々
バター	大さじ3
《ソース》	
白ワイン	大さじ2
生クリーム	大さじ1
トマトケチャップ	大さじ4
しょうゆ	大さじ2
ウスターソース	大さじ1
《つけ合わせ》	
クレソン/フライドポテト	各適宜

■ 作りかた

1. 牛肉は焼き縮みを防ぐために、筋切りをして肉たたきでたたき、形を整える。
2. 粒こしょうはガーゼに包み、肉たたきなどでたたいてつぶす。
3. 牛肉の片面に塩を振り、2のこしょうをつける。
4. バターを溶かしたフライパンに、牛肉の調味料をつけた面から入れ、最初は火力「強」で焼いて焦げ色がついたら火力を「3」〜「4」に弱めてしばらく焼く。
5. 肉の上面に塩を振り、粒こしょうをつけて裏返し、火力「強」で焼き色をつけて取り出す。
6. 肉を取り出したフライパンにソースの材料を入れて火力「4」でひと煮立ちさせ、5の肉を戻し、ソースをからめる。
7. 皿に盛りつけ、つけ合わせを添えて残りのソースをかける。

焼く 舌びらめのムニエル アーモンドソース

■ 材料(4人分)

材料	分量
舌びらめ	4尾
牛乳	大さじ4
塩/こしょう	各少々
小麦粉	適宜
バター/サラダ油	各大さじ2
《アーモンドソース》	
スライスアーモンド	80g
バター	80g
レモン汁	大さじ2
塩/こしょう	各少々
《つけ合わせ》	
きゅうり/にんじんのグラッセ/ゆでじゃがいも	各適宜

■ 作りかた

1. 舌びらめは頭と内臓を取って皮をむき、えんがわ(周囲のギザギザ部分)を切り取る。
2. 1に牛乳を振りかけてしばらくおき、生臭みを消してから水気をふき取る。両面に塩、こしょうを振り、全体に小麦粉を薄くまぶて余分な粉を落とす。
3. フライパンにバターとサラダ油を入れて火力「4」でバターが色づくまで熱し、ひらめの表身を下にして入れ、きれいな焼き色がつくまで焼く。焼き色がついたら、裏返して火力「2」〜「3」で中まで火を通し、皿に盛る。
4. フライパンをきれいに洗い、ソース用のバターを溶かしてアーモンドを入れ、火力「4」で炒める。きつね色になったら火を止めてレモン汁、塩、こしょうで味を調える。
5. 4のソースをムニエルにかけ、つけ合わせを添える。

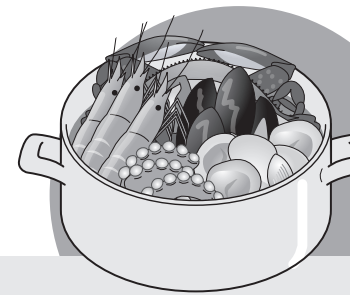
煮る 豚肉と大根の煮込みスープ

■ 材料(4人分)

材料	分量
豚バラ肉(薄切り)	150g
大根	400g
長ねぎ	20g
しょうが	ひとかけ
水	6カップ
塩	大さじ1弱
酒	大さじ2
こしょう/うまみ調味料	各少々
ほうれん草	⅓束
塩	少々

■ 作りかた

1. 豚肉は5㎝幅に切り、大根は短冊切りにし、ねぎとしょうがは包丁の腹でたたきつぶす。
2. 深めの鍋に1と水を入れ、火力「強」で煮立てる。
3. 煮立ったらあくを取り、火力を「2」〜「3」に弱めて1時間ほど煮る。
4. ほうれん草は、塩少々を入れた熱湯で固めにゆでて水に取り、水気をしぼって長めに切る。
5. 大根と豚肉が柔らかく煮えたら、しょうがとねぎを取り出し、塩・こしょう・うまみ調味料で味を調え、ほうれん草を散らして盛りつける。

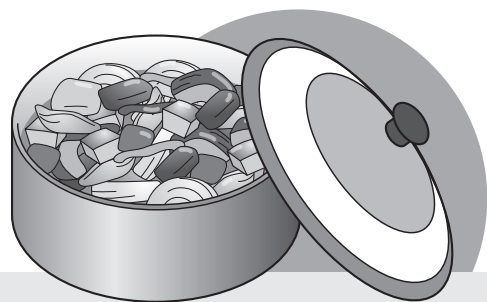
煮る ブイヤベース

■ 材料(4人分)

材料	分量
かに/はまぐり/ムール貝/有頭えび/いか/たこ/白身魚など	合わせて1〜1.5㎏
トマト	2個
玉ねぎ	1個
にんにく	1かけ
ポアロ(または長ねぎ)	1本
オリーブ油	¼カップ
A サフラン/フェンネル/タイム/ローリエ/ローズマリー/パプリカ	適宜
水	7½カップ
塩/こしょう	各少々
B 生クリーム	1カップ
B 生うに	大さじ2
B 卵黄	1個分

■ 作りかた

1. 魚は頭を落としてうろこを取り、内臓を除いて筒切りにする。えびは背わたを取り、貝類はタワシで汚れを落とす。いかは内臓を除いて皮をむき、1㎝幅の輪切りにする。たこは食べやすい大きさに切る。
2. トマトは湯むきをして種を取り、玉ねぎ･にんにく･ポアロとともにみじん切りにする。
3. なべにオリーブ油を入れ、火力「強」で熱し、玉ねぎ･にんにく・ポアロを炒め、トマトとBを加えてさらに炒める。
4. 3に水を入れて1の切り落とした頭を加え、煮立ったら火力を「4」に弱めて15分ほど煮る。
5. 4から頭を取り出し、スープをこしてなべにもどす。1の煮えにくいものから順に加えて、塩・こしょうで味を調え、火力「3」〜「4」で10〜15分ほど煮る。
6. ボウルにBを入れてよく混ぜ、4のスープを加えて溶きのばし、味を調える。

煮る

ラタトゥイユ

■ 材料(4人分)

ズッキーニ……4本
玉ねぎ……2個
なす……1個
ピーマン……4個
トマト……4個
アーティチョークの芯(缶詰)……3個
フェンネル(茎)……1本
にんにく(みじん切り)……大さじ1
A［パセリ(みじん切り)……½カップ
　 バジル(みじん切り)……大さじ1
塩/こしょう……各少々
オリーブ油……大さじ4〜5

■ 作りかた

1 玉ねぎは1㎝のくし形切り、ズッキーニ・なすは大きめの乱切り、ピーマンは縦6つ切りにする。
2 トマトは皮をむいて乱切り、アーティチョークの芯は2つ切り、フェンネルは短冊切りにする。
3 厚手の深いなべに玉ねぎ・アーティチョークの芯・にんにく・ズッキーニ・フェンネル・トマトの順に薄く重ね、同じ順番で残りも重ねていく。
4 重ね終わったら、塩・こしょう・Aを散らしてオリーブ油をかけ、ふたをして火力「2」〜「3」で1〜2時間煮る。

魚を焼く

ロースターを使って魚を焼くときの時間の目安 (タイマーを使うと便利です)

※表は予熱をしない場合の焼き時間の目安です。時間は魚の数・大きさ・季節・鮮度によって異なります。焼けぐあいを見ながら火力や時間を調節してください。

メニュー	分量	火力	焼き時間		調理のポイント
			表	裏	
さんまの塩焼き	150g 4尾	強	9分〜11分	4分〜6分	● 直接ヒーターに触れるような魚は2枚におろすなどしてから焼く。 ● いかやえびなどはくしに刺して焼く。 ● 照り焼きなどは焦げやすいので、火力や時間を調節する。
あじの塩焼き	140g 3尾	強	9分〜11分	4分〜6分	
ほっけの開き	270g 1枚	強	8分〜10分	3分〜5分	
あじの開き	110g 2枚	強	7分〜9分	3分〜5分	
さけの切り身	110g 3枚	強	8分〜10分	3分〜5分	
いかの照り焼き	160g 2はい	強	7分〜9分	3分〜5分	

お手入れのしかた

●電源スイッチを「切」にして、高温注意ランプが消えてから、行なってください。
●お手入れはこまめにしてください。汚れがこびりつきますと、取れにくくなります。

⚠注意

接触禁止
使用中・使用後しばらくは、ロースター扉やトッププレートおよび排気口周辺のカウンター部分が熱くなっているため手を触れない
高温のためにやけどをします。

電源を切る
お手入れは電源を切ってからする
感電の原因になります。

水ぬれ禁止
水をかけて洗わない
感電の原因になります。

禁止
排気口の中に手を入れない
ひっかかり、手が抜けなくなるなどけがの原因になります。

温度センサー

●油がさめないうちに乾いた布でふく。
●ケーブルを強くひっぱったりセンサー棒を曲げたりしないでください。

排気カバー

●本体からはずし、台所用洗剤(中性)で洗います。
●変形させないように注意してください。
●汚れて目詰まりしたまま使わないでください。

外まわり

●使うたびに、固くしぼった濡れ布巾でふきます。
●しょうゆなどの調味料をこぼしたら、すぐにふきとってください。

ロースター (焼き網・受け皿)

●外観面に付着した油類は台所用洗剤(中性)またはトッププレート専用クリーナーセット(別売HCC-20、HCC-2)を乾いた布にしみ込ませて、こまめにお手入れしてください。
●ロースターヒーターに付着した汚れは固くしぼったぬれ布巾で、こまめにお手入れしてください。

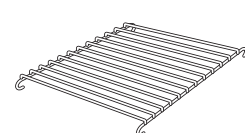
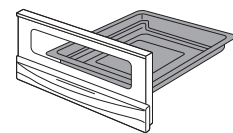
操作部

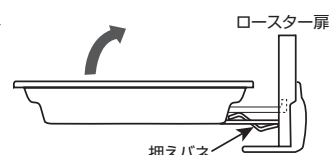
やわらかい乾いた布でふきます。

●ナイロンたわしのハード面、みがき砂、ドライバーの先などでこすると傷がつくので使わないでください。
●ベンジン、シンナー、漂白剤、アルカリ洗剤を使用しないでください。
塗装面などの色落ち、変色や傷の原因になります。

トッププレート専用クリーナーセット(別売 HCC-20、HCC-2)
東芝製品取扱店でお買い求めください。

お願い HCC-20 付属のスクレーパーでひんぱんにこすらないでください。

受け皿のはずしかた

1. 受け皿を支えながら扉の押えバネを押す
2. 受け皿を矢印の方向に動かして、受け皿の左右のツメをはずす

※取り付けるときは、ツメを扉の角穴に差し込み、押えバネが確実にはまっているかを確認してください。

故障かな？と思ったとき

● 製品を取りはずして、ご自分で修理は絶対にしないでください。

状　態	点検箇所	処置方法
ヒーターが入らない	●ブレーカーが切れていませんか。 ●電源スイッチが「切」になっていませんか。	●ブレーカーを入れる。 ●電源スイッチを入れる
ヒーター部での調理に時間がかかる 調理のできあがりが遅い	●なべ底の変形や異物の付着はありませんか。 ●ヒーターに適したなべを使いましたか。	●適しているなべを使用する →P8参照
ヒーターが周期的に切れたりついたりする	●トッププレートの温度の上がりすぎを防ぐためです。 ●中央ヒーターは、周期的に「入・切」して火力を調節しています。	●異常ではありません そのままお使いください
調理中、ブザーが鳴り、ヒーターが切れる	●約1時間以上連続で通電していませんか。(ロースターは25分) →P9参照	●異常ではありません ●一度火力調節つまみを押し込めてからもう一度火力調節つまみを押し、ヒーターを入れてください
ロースターが調理中で切れる	●ロースターの受け皿に水を入れましたか。	●ロースターの受け皿に水を入れる
初めてヒーターやロースターを使ったとき、煙や臭いが出る	●部品には油が付着している場合があります。初めてヒーターやロースターを使うと、その油が焼けて出る場合があります。	●異常ではありません そのままお使いください

こんな表示が出たとき

■ 状態

ブザーが鳴り右ヒーターが切れ、エラー表示が出る

表示内容		点検箇所	処置方法
揚げ物調理のとき	E01	●温度センサーが差し込み口からはずれていませんか。	●温度センサーを差し込む
	E02	●温度センサーがなべからはずれていませんか ●温度センサーが3cm以上油の中に入っていますか。	●温度センサーをなべにきちんと取り付ける →P12参照
	E03	●油の量が少なすぎませんか。	●油を800g以上入れる
揚げ物調理以外のとき	E04	●温度センサーが差し込み口に差したままになっていませんか。	●温度センサーをはずす

※右ヒーター用火力調節つまみを押し込めると、エラー表示が解除されます。点検箇所を確認して直しても同じエラー表示が出ましたら、お買い上げの販売店または当社にご相談ください。

仕 様

形名			BHP-R46B	BHP-R36B
定格			単相200V-4725W	
大きさ			幅596×奥行546×高さ244(mm)	
質量（重さ）			約15.5kg	約15kg
ヒーター	(左)	消費電力	直径210mm　2300W	
		火力調節	115〜2300W　13段階調節	
	(中央)	消費電力	直径140mm　1200W	—
		火力調節	400〜1200W　3段階調節	
	(右)	消費電力	直径175mm　1800W	
		火力調節	90〜1800W　13段階調節	
ロースター		内寸（約）	幅236×奥行330×高さ93(mm)	
		消費電力	1200W	
		火力調節	800〜1200W　3段階調節	
ヒーター切り替え			中央ヒーターとロースターの切り替え	—
			3ヒーターを同時使用の場合は、左ヒーターの出力が1.725kWになります。	左右ヒーターとロースターを同時使用の場合は、左ヒーターの出力が1.725kWになります。
コード			3.5mm² 3芯　ゴムキャブタイヤケーブル　長さ0.7m	
差込プラグ			2極・接地極付・30A・250V	
安全機能		切り忘れ防止	ヒーター　：約60分で自動OFF ロースター：約25分で自動OFF	
		高温注意	トッププレートが高温の間ランプが点灯	
付加機能		温度調節	140〜200℃　7段階調節(右ヒーター)	
		調理タイマー	右ヒーターまたはロースター	

保証とアフターサービス 必ずお読みください

ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談ならびに、お取り扱い・お手入れに関するご不明な点は **お買い上げの販売店にご相談ください。**

販売店に修理のご相談ができない場合	お買い物・お取り扱いのご相談
東芝家電修理ご相談センター	**東芝家電ご相談センター**
フリーダイヤル 0120-1048-41 受付時間：365日 **24時間**	フリーダイヤル 0120-1048-86 受付時間：365日 **9:00〜20:00**
携帯電話からのご利用は ナビダイヤル 0570-06-4114（通話料：有料）	携帯電話・PHSなどからのご利用は 03-3426-1048（通話料：有料）
PHSなどからのご利用は 0173-38-3168（通話料：有料）	FAXでのご利用は 03-3425-2101（通信料：有料）

- 「東芝家電修理ご相談センター」は、東芝テクノネットワーク株式会社が運営しております。
- お客様からご提供いただいた個人情報は、修理やご相談への回答、カタログ発送などの情報提供に利用いたします。
- 利用目的の範囲内で、当該製品に関連する東芝グループ会社や協力会社にお客様の個人情報を提供する場合があります。

保証書（別添）

- この東芝クッキングヒーターには、保証書を別途添付しております。
- 保証書は、必ず「お買い上げ日、販売店名」等の記入をお確かめのうえ、販売店または工事店から受け取っていただき内容をよくお読みの後、大切に保管してください。
- この東芝クッキングヒーターの保証期間は、お買い上げいただいた日から 1 年です。その他、詳しくは保証書をご覧ください。

補修用性能部品の保有期間

- クッキングヒーターの補修用性能部品の保有期間は製造打ち切り後５年です。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

部品について

- 修理のため取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は弊社にて引き取らせていただきます。
- 修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

修理を依頼されるときは　出張修理

24 ページの表に従って調べていただき、なお異常があるときは、使用を中止し、ブレーカーと電源スイッチを「切」にして据付施工店にご相談ください。

■保証期間中は

保証書の規定に従って、お買い上げの販売店または工事店が修理させていただきます。修理に際しましては、保証書をご提示ください。

■保証期間が過ぎている場合は

修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料で修理させていただきます。

■修理料金の仕組み

修理料金は技術料・部品代・出張料などで構成されています。	
技術料	故障した商品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。
出張料	商品のある場所へ技術者を派遣する料金です。

■ご連絡いただきたい内容

品名	東芝クッキングヒーター
形名	BHP-R46B/BHP-R36B
据付日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印等も合わせてお知らせください
お名前	
電話番号	
訪問希望日	
便利メモ	据付施工店名を記入されておくと便利です。 TEL.

愛情点検

★ 長年ご使用のクッキングヒーターの点検を！

このような症状はありませんか？

- 火力調節つまみを押し、火力調整をし、調理を開始しても調理器具が加熱されない。
- 調理中、ファンの回っている音がしない。
- 本体の一部が割れ、ゆるみ、がたつきがある。
- 使用中に異常な音や臭いが出ることがある。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源スイッチを「切」にして、必ずお買い上げの販売店に点検・修理を依頼してください。（技術のあるサービスマン以外の人は絶対に本体を分解しないでください。）

MEMO